

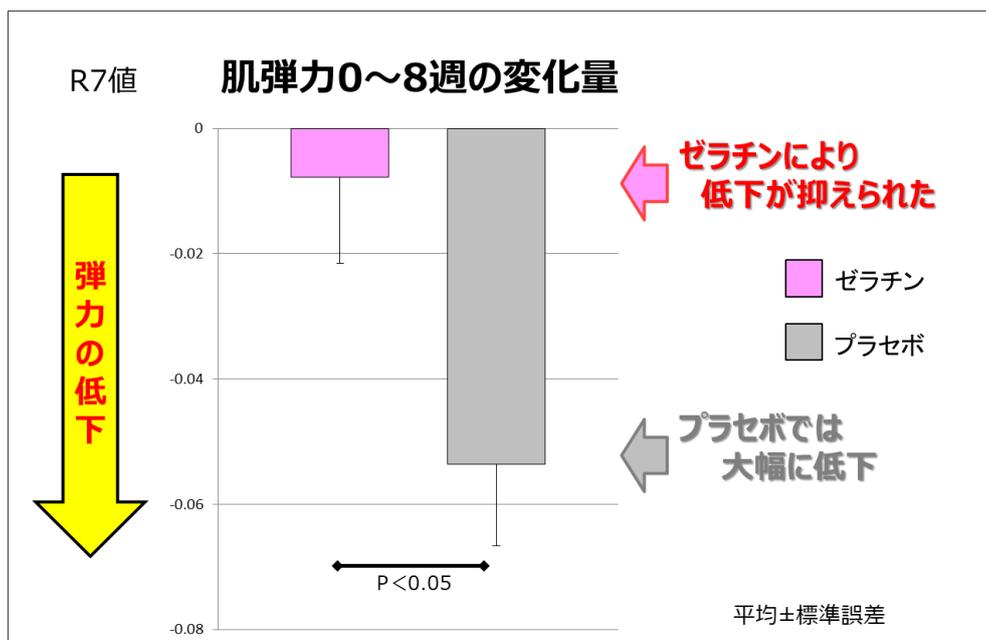
毎日のゼラ活で美しさをキープ！ ゼラチンの継続摂取は季節の影響で低下する 肌弾力を維持することがわかりました。

森永製菓株式会社（東京都港区芝、代表取締役社長・新井 徹）は、ゼラチンについて初めて本格的なヒトでの介入試験を行い、ゼラチンの摂取を継続することによる肌弾力の保持など新たな研究結果を得ました。

冬から春に向かう環境変化の厳しい1月中旬～3月中旬の8週間、55～65歳の健康な女性44名を対象にしたゼラチン継続摂取の作用について、プラセボを比較対照とした試験を実施しました。

試験概要

これまでヒトで科学的にゼラチンの肌質改善に関する機能を検証した研究はほとんど報告がありませんでした。本研究では、ゼラチンとプラセボを摂取した場合に、肌の状態や被験者自身の体感に改善がみられるのかを検証し、ゼラチンの新たな健康食材としての可能性を評価する事を目的としました。



[図-1] 機器測定による肌弾力の変化量
肌弾力率 R7 値のサブグループ解析結果

55～65歳の健康な女性44名をゼラチン群（ゼラチンを摂取したグループ）とプラセボ群の2グループに分け、それぞれ内容がわからないように包装した試験食品の顆粒5g/包を一日に朝と夜の2回、8週間毎日摂取していただきました。摂取方法は、コーヒーやスープなど、好みの飲み物に溶かして全量を飲み切るようにしていただきました。機器測定とアンケートは摂取開始前、8週の試験終了後に実施しました。

機器測定の結果、解析対象とした被験者全員での比較では、有意な差は認められませんでした。

肌の状態があまりよろしくないとは推定される方を除いて解析*した結果、プラセボを摂取した群では開始前から8週間にかけて肌弾力の値の平均値に低下がみられ、ゼラチンを摂取した群では値の低下が抑えられました。両群間の比較では、統計学的に有意な肌弾力の低下抑制($P<0.05$)が認められました。[図-1]

また、Visual Analogue Scale (VAS) 法を用いた主観的アンケート評価によりゼラチン群ではプラセボ群との群間比較で、8週間には「目の下のクマ」についての変化量が有意に改善($P=0.027$)しました。この研究内容は学術誌「薬理と治療」2019年5月発行(文献3)に掲載されました。

森永製菓では、今後もゼラチンに関する研究に継続して取り組んでまいります。ご期待ください。

*：肌弾力の値は機器測定で得られる伸展・退縮後の皮膚弾性率(R7)を指標とし、先行文献1,2の記述から試験開始時に値が低すぎない被験者（ゼラチン群の9名とプラセボ群の8名）をサブグループとして解析しました。

文献

- 1) Ryu HS ら Skin Res Technol 2008;14(3):354-8.
- 2) 堀 未央 ら Anti-Aging Medicine 2010;7(11):129-142.
- 3) 稲垣 宏之ら 薬理と治療 薬理と治療 2019;47(5) 777-87.